



PROGRAMAS DE ASIGNATURAS

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEL DEPORTE (INEF)

NOMBRE DE LA ASIGNATURA: DEPORTES DE ALTO RENDIMIENTO II “BALONMANO”

CRÉDITOS: (8)

CURSO EN EL QUE SE IMPARTE: QUINTO

CARÁCTER DE LA ASIGNATURA (TR., OBL., OP., L.E.): OPTATIVA

PRESENTACIÓN DE LA ASIGNATURA:

La asignatura denominada Deportes de Alto Rendimiento II “Balonmano”, de carácter optativa pero necesaria para completar los estudios de especialista en este deporte, con frecuencia semanal de tres horas lectivas, en dos sesiones de hora y media cada una, y encuadrada a lo largo de la totalidad del curso escolar, pretende ultimar al alumno en el ámbito de la especialización dentro de la modalidad deportiva de Balonmano, profundizando en aspectos que cierran el conocimiento de las estructuras de juego y de la formación del jugador, así como, de la dirección y planificación. También, se completará la formación del estudiante, con otras áreas de conocimiento, que le preparen para en el futuro poder ejercer la profesión en cualquiera de la diversas y posibles facetas: alta competición, entrenamiento de equipos de grado medio y superior, deporte de base, gestión deportiva, formación de técnicos, etc. Y por supuesto, inducirle a su entrada en el mundo del balonmano, haciéndole participe en vivencias dentro de la actividad estatal e internacional, procurando buscar los medios oportunos, para que realice prácticas y proyectos profesionales, que le sirvan como medio complementario de su adecuada formación.

Utilizaremos, para una mejor exposición y asimilación de los contenidos, los medios que nos ofrecen las nuevas tecnologías; y las sesiones didácticas estarán impregnadas de una dinámica motivadora y participativa, que dentro de la amenidad necesaria, exhorte al educando en los trabajos de investigación específica, camino imprescindible para cubrir las parcelas precisas de la verdadera especialización; igualmente, mostraremos la importancia de la necesaria actualización continuada de los conocimientos, haciéndoles ver que los estudios recibidos, es el comienzo de la andadura profesional, que precisa de posteriores etapas, para mantener el status de la profesionalidad.

Como ya decíamos en la presentación de la asignatura de 4º curso, interrelacionaremos los contenidos de la programación de ambos, por lo que su tratamiento no será de forma aislada, y las propias circunstancias, harán que parte de los temas puedan completarse en un curso u otro.

Debido a la escasez de tiempo disponible con relación al ambicioso programa pretendido, reduciremos al mínimo, el dedicado a jornadas de exámenes, y buscaremos como sistema de calificación, la evaluación continua en base al trabajo diario del alumno, y a los complementarios que se soliciten, teniendo muy en cuenta la actitud participativa del mismo.

OBJETIVOS GENERALES DE LA ASIGNATURA:

Completar el proceso de formación del especialista en Balonmano, profundizando en las formas de juego dentro de las estructuras ofensivas y defensivas, y estudiar los pormenores de la formación del jugador, su entrenamiento concreto, así como, los planes anuales de adiestramiento, y la dirección específica del grupo (equipo); incidiendo en la importancia de la actualización continuada de los conocimientos, y la trascendencia del trabajo de investigación, como medio de la mejora personal y del deporte al que se aspira a ser especialista.



DISTRIBUCIÓN DE LOS CONTENIDOS EN BLOQUES DIDÁCTICOS:

Bloque 1º: Sistemas de Juego Ofensivos.

Bloque 2º: Sistemas de Juego Defensivos.

Bloque 3º: El Juego Ofensivo contra las Variables Defensivas.

Bloque 4º: La Formación del Jugador y su Entrenamiento Específico.

Bloque 5º: La Dirección de Equipo y Los Planes Anuales de Entrenamiento.

- OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL 1^{ER} BLOQUE :

Profundización en el ensamblaje e interrelación de los aspectos individuales y colectivos del juego, dentro de un patrón o estructura ofensiva concreta, para el desarrollo funcional y evolución específica, en las que denominamos fases del ataque, marcando las pautas de aprendizaje, en base a las diferentes tendencias al respecto.

- DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS (TEMAS DEL BLOQUE):

Tema 1 **Generalidades sobre el Ataque:** La concepción del juego ofensivo en Balonmano. Evolución histórica. El juego por fases. Análisis de la transición defensa-ataque. El Contraataque como iniciación del juego ofensivo. Consideraciones sobre los puestos específicos ofensivos.

Tema 2 **El Contraataque I:** Análisis. Evolución histórica del juego de contraataque. La 1ª oleada del contraataque (contraataque directo), generalidades, misión del entrenador, objetivos, desarrollo –iniciación (situación de los jugadores y momento de intervención) y ejecución (velocidad, pasillos de utilización, el pase, percepción en carrera, el bote, el lanzamiento)-, principios a tener en cuenta y tipos (tradicional, yugoslavo, polaco, checo, otros). Consejos metodológicos. Errores mas frecuentes. La 2º oleada del contraataque (contraataque ampliado), generalidades, formas de ejecución, consejos metodológicos y errores mas frecuentes. El contraataque sostenido. Metodología practica de aprendizaje.

Tema 3 **El Contraataque II:** La evolución del juego moderno en ataque. Relación contraataque con juego posicional. La 3ª oleada del contraataque. Análisis. Diferentes estructuras de esta fase del juego. Metodología practica de aprendizaje.

Tema 4 **El Ataque Posicional:** Ataque dentro de un sistema organizado (consideraciones, objetivos, condicionantes esenciales o principios fundamentales). Principios comunes a todos los sistemas de juego. Las circulaciones tácticas (tipos y variantes, adecuación a las diferentes estructuras de juego, etc.). Metodología practica de aprendizaje.

Tema 5 **Sistema Ofensivo 3:3 Clásico (un pivote):** Generalidades. Estructura. Utilidad y Empleo. Formas de realización (trayectorias y circulaciones básicas de balón). Procedimientos tácticos a utilizar, (ataque posicional sin cambio de puestos a través de las trayectorias, sistemática de apoyos, sistemática de acciones de par e impar, sistemática de bloqueos, sistemática de pantallas, etc.). Ataque contra una defensa 5/1. Metodología practica de aprendizaje. Circulaciones tácticas.

Tema 6 **Sistema Ofensivo 3:3 No Clásico (doble pivote):** Generalidades. Estructura y situación. Utilidad y empleo. Formas de realización (trayectorias, características de los jugadores, estructura en su realización, circulaciones básicas de balón). Sistemática de procedimientos tácticos (coordinación lateral con pivotes, sistemática de apoyos, observaciones y utilización del extremo en circulación). Metodología practica de aprendizaje. Circulaciones tácticas.



Tema 7 **Sistema Ofensivo 2:4:** Generalidades. Estructura. Utilidad y empleo. Formas de realización (trayectorias). Circulaciones básicas de balón. Procedimientos tácticos en función de la situación de los pivotes (apoyos, cruces, bloqueos, etc.). Metodología practica de aprendizaje.

Tema 8 **Sistema Ofensivo 2:1:3 (variante 2:4 con un pivote fijo y otro móvil):** Análisis de la estructura. Circulaciones de balón. Integración de medios tácticos en la complejidad colectiva. Metodología practica de aprendizaje.

Tema 9 **Sistema Ofensivo Combinado 3:3 – 2:4:** Generalidades. Utilidad y empleo. Formas de realización (deformación del sistema a partir del central –zonas de ocupación, objetivos, trayectorias, procedimientos tácticos,-; deformación del sistema a partir de uno de los laterales – zonas de ocupación, objetivos, trayectorias, procedimientos tácticos-; deformación del sistema a partir de un extremo y ocupación del lateral mas próximo – zonas de ocupación, objetivos, trayectorias, procedimientos tácticos). Metodología practica de aprendizaje.

Tema 10 **Las Transformaciones de los Sistemas de Juego:** Las variantes a partir de la estructura de juego 2:4. Circulaciones de balón. Integración de medios tácticos en la complejidad colectiva. Metodología práctica de aprendizaje.

Tema 11 **Ataque en Superioridad Numérica:** Generalidades. Consideraciones. Principios básicos. Responsabilidad del entrenador. Sistemas de juego a emplear (ofensivo 3:3, ofensivo combinado 3:3 – 2:4, ofensivo 2:4). Metodología de entrenamiento (situaciones 2x1, situaciones 3x2). Metodología práctica de aprendizaje.

Tema 12 **Ataque en Inferioridad Numérica:** Generalidades. Conceptos Esenciales. Consideraciones. Principios Fundamentales. Sistemas de juego a emplear (ante defensa 6:0 – ofensivo 3:2, ofensivo 3:2 con deformación a 2:3 -; ante defensa 5:1 mixta. Metodología de entrenamiento. Metodología practica de aprendizaje.

Tema 13 **Ataque en Situaciones Especiales:** Generalidades. El Golpe Franco (consideraciones, principios, acciones de golpe franco). Acciones de fly (colgadas) o juego aéreo (consideraciones, principios, posibilidades de ejecución). Mantenimiento del resultado (consideraciones, principios). Metodología Practica de aprendizaje.

Tema 14 **Ataque contra una Defensa Mixta:** Generalidades. Conceptos Esenciales. Mantenimiento del ataque en 3:3. Juego de 5x5. Deformación al 2:4 del jugador motivo del marcaje individual. Invasión del puesto del extremo del jugador motivo del marcaje individual. Consideraciones. Principios fundamentales. Sistemas de juego a emplear (ofensivo 3:3 clásico, ofensivo 3:2 contra 5:0 (5x5) dejando fuera al jugador motivo del marcaje individual, deformación 3:2 – 2:3 con un pivote). Metodología práctica de aprendizaje.

- BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:

* **Los Sistemas de Juego Ofensivos (Fundamentos Teóricos, Exposición Gráfica de Procedimientos y Metodología Practica).**@Manuel M^a Meléndez-Falkowski & Ernesto Enríquez Fernández. Editorial: Esteban Sanz Martínez S.L. Colección Handball.

* **El Balonmano (Técnica, Táctica y Entrenamiento).**@Janusz Czerwinski. Revisado y adaptado por: Gerard Lasierra. Editorial Paidotribo S.A. Barcelona. Colección Deporte & Entrenamiento.

* **Táctica Ofensiva Colectiva (Volumen II de Táctica y Sistemas de Juego).**@Manuel M^a Meléndez-Falkowski & Ernesto Enríquez Fernández. Editorial: Esteban Sanz Martínez S.L. Colección Handball.



* **Táctica Colectiva Ofensiva.**@Domingo Bárcenas González. Editado por la Federación Española de Balonmano.

* **Balonmano, Táctica Grupal Ofensiva (Concepto, estructura y metodología).**@Juan L. Antón García. Editorial: Gymnos Editorial Deportiva S.L.

* Apuntes impartidos por el profesor durante las sesiones docentes teórico-prácticas a lo largo del curso escolar.

* **Comunicaciones Técnicas y Poligrafías Técnicas.** Diversos autores. Editadas por la Real Federación Española de Balonmano. Colección Técnica prolifera con tratamientos múltiples de una amplia gama de contenidos, relacionados con la Técnica, la Táctica, los Sistemas de Juego, la Preparación Física Específica, la Metodología, la Historia, la Planificación, la Detección de Talentos, etc. Información específica de contenidos: Consultar página Web de la Real Federación Española de Balonmano. www.rfebm.com (Escuela Nacional de Entrenadores * Bibliografía de Balonmano (PDF). * Comunicaciones Técnicas.

- BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

* Consultar página WEB de la Real Federación Española de Balonmano c/ Ferraz, 16 Madrid – 28008. www.rfebm.com (Escuela Nacional de Entrenadores * Bibliografía de Balonmano (PDF).)

- OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL 2º BLOQUE :

Profundización en el ensamblaje e interrelación de los aspectos individuales y colectivos del juego, dentro de un patrón o estructura defensiva concreta, para el desarrollo funcional y evolución específica, en las que denominamos fases de la defensa, marcando las pautas de aprendizaje, en base a las diferentes tendencias al respecto.

- DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS (TEMAS DEL BLOQUE):

Tema 1 **Generalidades sobre la Defensa:** La concepción del juego defensivo en Balonmano. Evolución histórica. El juego por fases. Análisis de la transición ataque-defensa. El Repliegue y equilibrio como iniciación del juego defensivo. Consideraciones sobre los puestos específicos defensivos.

Tema 2 **Las Fases Defensivas:** Análisis. 1ª Fase: El Repliegue y Equilibrio Defensivo (generalidades, misión del entrenador, objetivo, desarrollo, intervención ante distintas situaciones, ejecución, principios fundamentales, observaciones, errores, etc.). 2ª Fase: Defensa de Cobertura (pressing temporal), (desarrollo, -superioridad numérica defensiva, igualdad numérica, superioridad numérica ofensiva-, consideraciones, observaciones, errores, etc.). 3ª Fase: Organización de la Defensa (consideraciones, observaciones, errores, etc.). 4ª Fase: Defensa en Sistema (consideraciones, la concepción zonal como base de los sistemas defensivos, etc.). Metodología práctica de aprendizaje.

Tema 3 **La Defensa en Dos Líneas y la Defensa Hombre a Hombre:** Generalidades. Defensa en dos líneas (organización, zonas de ocupación, realización, momentos de utilización). Defensa hombre a hombre (organización, formas de ejecución, utilización). Metodología práctica de aprendizaje.

Tema 4 **Sistema Defensivo 6:0:** Consideraciones. Estructura (situación de los jugadores, denominación de los puestos y trayectorias). Tipos o variantes en el funcionamiento. 6:0 en bloque defensivo o basculación (utilización, funcionamiento, objetivos, principios fundamentales, misiones de los jugadores, errores mas frecuentes). 6:0 en línea de tiro (utilización, funcionamiento, objetivos, principios fundamentales, misiones de los jugadores, errores mas frecuentes). Defensa 6:0 contra ataque 3:3. Defensa 6:0 contra ataque 2:4. Defensa 6:0 contra ataque 2:4 con tres pivotes. Metodología práctica de aprendizaje.



Tema 5 **Sistema Defensivo 5:1:** Consideraciones. Utilización. Estructura (tipos, situación de los jugadores, denominación de los puestos, trayectorias). 5:1 en bloque defensivo o basculación (consideraciones 1ª línea, responsabilidades del avanzado, observaciones generales, funcionamiento). 5:1 en línea de tiro (funcionamiento). 5:1 contra ataque 3:3 (reparto de responsabilidades, reparto de responsabilidades por la situación del pivote, casos especiales (emergencias)). Metodología practica de aprendizaje.

Tema 6 **Variantes del Sistema Defensivo 5:1:** El 1:5 como variante en profundidad. Las variantes 5+1 “disuasión”. Integración de medios tácticos en la complejidad colectiva. Metodología practica del aprendizaje.

Tema 7 **Sistema Defensivo 5:1 Mixto:** Consideraciones. Utilización. Estructura (situación, denominación de los puestos, trayectorias). Responsabilidades de los jugadores de 1ª línea. Responsabilidades del avanzado. Intervención el avanzado ante deformaciones 3:3 al 2:4. Metodología practica del entrenamiento.

Tema 8 **Sistema Defensivo 4:2:** Consideraciones. Utilización. Estructura (situación, denominación de los puestos, trayectorias). Mecánica de funcionamiento (consideraciones, misiones de los jugadores de 1ª línea, misiones de los jugadores avanzados). Metodología practica de aprendizaje.

Tema 9 **Sistema Defensivo 4:2 Mixto:** Consideraciones. Utilización. Estructura (situación, denominación de los puestos, trayectorias). Responsabilidades de los jugadores de 1ª línea. Responsabilidades de los avanzados. Intervención de los avanzados ante deformaciones 3:3 al 2:4. Metodología practica del entrenamiento.

Tema 10 **Sistema Defensivo 3:2:1:** Consideraciones. Utilización. Estructura (situación, denominación de los puesto, trayectorias). Mecánica de funcionamiento (consideraciones, misiones y características de los jugadores de 1ª línea, misiones y características de los jugadores de 2ª línea, misiones y características del jugador avanzado). La ley de la diagonal. Respuestas ante diferentes ataques. Ejemplos de mecánica de funcionamiento ante un ataque posicional. Metodología practica de entrenamiento.

Tema 11 **Defensa en Superioridad Numérica:** Generalidades. Consideraciones. Principios fundamentales. Sistemas de juego a emplear ante una defensa en inferioridad (ante un ataque 3:2 sin pivote (6:0, 5:1 mixto, 5:1) ante un ataque 2:3 (6:0, 5:1 mixto)). Metodología practica del aprendizaje.

Tema 12 **Defensa en Inferioridad Numérica:** Generalidades. Consideraciones. Principios fundamentales. Sistemas empleados ante un ataque en superioridad (5:0 basculación, situaciones sorpresivas de marcaje en proximidad o línea de pase, observaciones). Metodología practica de aprendizaje.

Tema 13 **Defensas Especiales:** Situaciones defensivas especiales. Estudio específico de las estructuras ante procesos combinativos de golpe franco. Metodología practica de aprendizaje.

- BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:

* **Los Sistemas de Juego Defensivos (Fundamentos Teóricos, Exposición Gráfica de Procedimientos y Metodología Practica).**@Manuel Mª Meléndez-Falkowski & Ernesto Enríquez Fernández. Editorial: Esteban Sanz Martínez S.L. Colección Handball.

* **El Balonmano (Técnica, Táctica y Entrenamiento).**@Janusz Czerwinski. Revisado y adaptado por: Gerard Lasierra. Editorial Paidotribo S.A. Barcelona. Colección Deporte & Entrenamiento.

* **Balonmano: Metodología y alto rendimiento.**@ Juan Lorenzo Antón García. Editorial Paidotribo. Colección Deporte & Entrenamiento.



* **Balonmano, Fundamentos y Etapas de Aprendizaje.**@ Juan L. Antón García. Editorial: Gymnos Editorial Deportiva S.L.

* Apuntes impartidos por el profesor durante las sesiones docentes teórico-prácticas a lo largo del curso escolar.

* **Comunicaciones Técnicas y Poligrafías Técnicas.** Diversos autores. Editadas por la Real Federación Española de Balonmano. Colección Técnica prolifera con tratamientos múltiples de una amplia gama de contenidos, relacionados con la Técnica, la Táctica, los Sistemas de Juego, la Preparación Física Específica, la Metodología, la Historia, la Planificación, la Detección de Talentos, etc. Información específica de contenidos: Consultar página Web de la Real Federación Española de Balonmano. www.rfebm.com (Escuela Nacional de Entrenadores * Bibliografía de Balonmano (PDF). * Comunicaciones Técnicas.

- BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

* Consultar página WEB de la Real Federación Española de Balonmano c/ Ferraz, 16 Madrid – 28008. www.rfebm.com (Escuela Nacional de Entrenadores * Bibliografía de Balonmano (PDF).

- OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL 3^{ER} BLOQUE :

Conocimiento y profundización, en las formas propicias de planteamiento práctico del juego de ataque, en base a las diferentes posibilidades estructurales del juego defensivo, con respuestas plurales desde el punto de vista estratégico, con la utilización y uso adecuado de los medios tácticos ofensivos, así como, aprendizaje de los métodos, según las diversas tendencias, para la formación práctica del jugador.

- DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS (TEMAS DEL BLOQUE):

Tema 1 **Generalidades y Ataque contra 6:0:** Principios generales contra diferentes sistemas defensivos. Los principios del ataque contra las defensas zonales. Las alternativas del juego ofensivo ante la defensa 6:0 y variantes. La explotación de espacios y la elección de medios tácticos adecuados. Metodología práctica de aprendizaje.

Tema 2 **Ataque contra 5:1:** Las alternativas del juego ofensivo ante la defensa 5:1 y variantes. Los principios del ataque contra las defensas zonales. La explotación de espacios y la elección de medios tácticos adecuados. Metodología práctica de aprendizaje.

Tema 3 **Ataque contra 3:2:1:** Las alternativas del juego ofensivo ante la defensa 3:2:1 y variantes. Los principios del ataque contra las defensas zonales. La explotación de espacios y la elección de medios tácticos adecuados. Metodología práctica de aprendizaje.

Tema 4 **Ataque contra 3:3 y 4:2:** Las alternativas del juego ofensivo ante las defensas 3:3 y 4:2, y variantes. Los principios del ataque contra las defensas zonales. La explotación de espacios y la elección de medios tácticos adecuados. Metodología práctica de aprendizaje.

Tema 5 **Ataque contra Defensas Combinadas o Mixtas:** Las alternativas del juego ofensivo ante las defensas combinadas o mixtas. Los principios del ataque contra las defensas zonales. La explotación de espacios y la elección de medios tácticos adecuados. Metodología práctica de aprendizaje.

Tema 6 **Ataque contra Defensas Individuales:** Las alternativas del juego ofensivo ante las defensas individuales. Los principios del ataque contra esta concepción. La explotación de espacios y la elección de medios tácticos adecuados. Metodología práctica de aprendizaje.

- BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:



* **Los Sistemas de Juego Ofensivos (Fundamentos Teóricos, Exposición Gráfica de Procedimientos y Metodología Práctica).**@Manuel M^a Meléndez-Falkowski & Ernesto Enríquez Fernández. Editorial: Esteban Sanz Martínez S.L. Colección Handball.

* **El Balonmano (Técnica, Táctica y Entrenamiento).**@Janusz Czerwinski. Revisado y adaptado por: Gerard Lasierra. Editorial Paidotribo S.A. Barcelona. Colección Deporte & Entrenamiento.

* **Táctica Ofensiva Colectiva (Volumen II de Táctica y Sistemas de Juego).**@Manuel M^a Meléndez-Falkowski & Ernesto Enríquez Fernández. Editorial: Esteban Sanz Martínez S.L. Colección Handball.

* **Táctica Colectiva Ofensiva.**@Domingo Bárcenas González. Editado por la Federación Española de Balonmano.

* **Balonmano, Táctica Grupal Ofensiva (Concepto, estructura y metodología).**@Juan L. Antón García. Editorial: Gymnos Editorial Deportiva S.L.

* Apuntes impartidos por el profesor durante las sesiones docentes teórico-prácticas a lo largo del curso escolar.

* **Comunicaciones Técnicas y Poligrafías Técnicas.** Diversos autores. Editadas por la Real Federación Española de Balonmano. Colección Técnica prolifera con tratamientos múltiples de una amplia gama de contenidos, relacionados con la Técnica, la Táctica, los Sistemas de Juego, la Preparación Física Específica, la Metodología, la Historia, la Planificación, la Detección de Talentos, etc. Información específica de contenidos: Consultar página Web de la Real Federación Española de Balonmano. www.rfebm.com (Escuela Nacional de Entrenadores * Bibliografía de Balonmano (PDF). * Comunicaciones Técnicas.

- BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

* Consultar página WEB de la Real Federación Española de Balonmano c/ Ferraz, 16 Madrid – 28008. www.rfebm.com (Escuela Nacional de Entrenadores * Bibliografía de Balonmano (PDF).)

- OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL 4º BLOQUE :

Preparación adecuada en el conocimiento general de las teorías para la formación del jugador, estudiando además de las diferentes etapas en base a la edad cronológica de los participantes y al status formativo del mismo, los sistemas de entrenamiento, los métodos y la planificación adecuada para el cumplimiento de los objetivos a medio y largo plazo, practicando las tendencias específicas y los medios de evaluación y control del rendimiento.

- DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS (TEMAS DEL BLOQUE):

Tema 1 **Formación del Jugador:** El proceso de formación del jugador de Balonmano. Etapas generales. De la iniciación al perfeccionamiento.

Tema 2 **Enseñanza del Balonmano:** La programación de la enseñanza del Balonmano. Criterios de la programación. Los factores motrices como elementos básicos.

Tema 3 **Etapas de Formación:** Las etapas de aprendizaje: de lo global a lo específico. Análisis específico de las etapas.

Tema 4 **El entrenamiento:** El concepto del entrenamiento específico. El entrenamiento integrado. La correlación de los factores físicos, técnicos, tácticos y psicológicos en el entrenamiento del Balonmano.



Tema 5 **Los Métodos:** Los métodos generales de preparación y su aplicación al entrenamiento específico en Balonmano. La fuerza, la velocidad, la resistencia y otras cualidades motrices en el entrenamiento integrado en Balonmano. Metodología Práctica de aprendizaje.

Tema 6 **La Planificación:** La planificación del entrenamiento en Balonmano: análisis de factores. La evaluación del entrenamiento y el rendimiento en Balonmano. Prácticas específicas.

- **BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:**

* **Psicopedagogía Aplicada (volumen I).** @ Coca, Santiago. Editado por la Federación Española de Balonmano.

* **La Preparación Psicológica.** @ Coca Santiago. I Jornadas sobre Especialidades Deportivas, programa para el Perfeccionamiento de Entrenadores de Balonmano. Junta de Andalucía, UNISPORT Málaga. (1985).

* **Handbol Técnica, Táctica y Entrenamiento.** @ Stein, Hans-Gert & Federhoff, Edgard. Traducción efectuada por Hornos, Enrique & Cabrera, Jorge. Editorial Stadium. Buenos Aires.

* **Técnica del Balonmano: la formación del jugador.** @ Bayer, C. Editorial: Hispano Europea. Barcelona.

* **Balonmano, Táctica Grupal Ofensiva (Concepto, estructura y metodología).** @ Juan L. Antón García. Editorial: Gymnos Editorial Deportiva S.L.

* **Balonmano, Fundamentos y Etapas de Aprendizaje.** @ Juan L. Antón García. Editorial: Gymnos Editorial Deportiva S.L.

* **La préparation psychologique d'une équipe sportive.** @ Bayer, C. revista Eurohand, nº 2 (1989).

* **El Entrenamiento de Balonmano en los Equipos de Élite.** @ Román Seco, Juan de Dios. 1989.

* **Etapas de Formación.** @ Román Seco, Juan de Dios. Comunicación Técnica 153. Clinics Deporte de Base y Entrenadores de Élite 1994. Federación Española de Balonmano.

* **Balonmano.** @ Varios Autores. Coordinación: Javier García Cuesta. Editado por Comité Olímpico Español.

* **Psicología del Entrenamiento Deportivo.** @ Tutko, T.A. & Richards, J.W. Editorial: Pila Teleña, A.

* **El Entrenador como Gestor de Recursos Humanos.** @ Gil Labarta, F. Comunicación Técnica nº 187. Revista Asociación de Entrenadores de Balonmano nº 10, julio 1999. Real Federación Española de Balonmano.

* **Handball: del Aprendizaje a la Competencia.** @ Kasler, H. Editorial: Kapelus (Colección Educación Física). Buenos Aires.

* **Manual del Entrenador de los Deportes de Equipo.** @ López Cuadra, Gerardo. Editorial: Hispano Europea. Barcelona.

* **Análisis Descriptivo de los Aspectos Cualitativos y Cuantitativos de los Jugadores.** @ Mayo Santamaría, Cristina. Comunicación Técnica nº 183. . Revista Asociación de Entrenadores de Balonmano nº 9, Abril 1999. Real Federación Española de Balonmano.

* **La Dirección Psicopedagógica de un equipo a corto y medio plazo.** @ Muller, H.J. y Baier, H. Comunicación Técnica nº 31. Madrid, 1977. Federación Española de Balonmano.



* **Les Fondements Pédagogiques et Techniques au Hand-ball.** @ Noteboom, T. Editorial: Amphora, París.

* **Comunicaciones Técnicas y Poligrafías Técnicas.** Diversos autores. Editadas por la Real Federación Española de Balonmano. Colección Técnica prolifera con tratamientos múltiples de una amplia gama de contenidos, relacionados con la Técnica, la Táctica, los Sistemas de Juego, la Preparación Física Específica, la Metodología, la Historia, la Planificación, la Detección de Talentos, etc. Información específica de contenidos: Consultar página Web de la Real Federación Española de Balonmano. www.rfebm.com (Escuela Nacional de Entrenadores * Bibliografía de Balonmano (PDF). * Comunicaciones Técnicas.

* Apuntes impartidos por el profesor durante las sesiones docentes teórico-prácticas a lo largo del curso escolar.

- **BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:**

* Consultar página WEB de la Real Federación Española de Balonmano c/ Ferraz, 16 Madrid – 28008. www.rfebm.com (Escuela Nacional de Entrenadores * Bibliografía de Balonmano (PDF).)

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL 5º BLOQUE :**

Acercamiento a la filosofía y pronunciamientos sobre las formas más eficaces para la dirección de los jugadores, tanto desde el punto de vista individual como colectivo, en el entorno del entrenamiento y durante la competición, prestando especial atención al rol del entrenador y al aprendizaje del análisis y valoración del rendimiento.

- **DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS (TEMAS DEL BLOQUE):**

Tema 1 **La Dirección I:** La dirección de jugadores y del equipo. Estructura y tipología en el grupo colectivo. El rol del entrenador.

Tema 2 **La Dirección II:** La dirección en la competición. Estrategia de dirección. Análisis y valoración del rendimiento.

- **BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:**

* **Psicopedagogía Aplicada (volumen I).** @ Coca, Santiago. Editado por la Federación Española de Balonmano.

* **Árbitro, Juez y Persona.** @ Coca, Santiago. Editado por la Federación Española de Balonmano.

* **Comunicaciones Técnicas y Poligrafías Técnicas.** Diversos autores. Editadas por la Real Federación Española de Balonmano. Colección Técnica prolifera con tratamientos múltiples de una amplia gama de contenidos, relacionados con la Técnica, la Táctica, los Sistemas de Juego, la Preparación Física Específica, la Metodología, la Historia, la Planificación, la Detección de Talentos, etc. Información específica de contenidos: Consultar página Web de la Real Federación Española de Balonmano. www.rfebm.com (Escuela Nacional de Entrenadores * Bibliografía de Balonmano (PDF). * Comunicaciones Técnicas.

* Apuntes impartidos por el profesor durante las sesiones docentes teórico-prácticas a lo largo del curso escolar.

- **BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:**



* Consultar página WEB de la Real Federación Española de Balonmano c/ Ferraz, 16 Madrid – 28008.
www.rfeb.com (Escuela Nacional de Entrenadores * Bibliografía de Balonmano (PDF).)

EVALUACIÓN, ESPECIFICANDO:

- TIPO DE EVALUACIÓN:

Valoración continuada del alumno, considerando especialmente su asistencia y participación en las sesiones docentes tanto teóricas como prácticas, y estimación básica de la elaboración de los trabajos complementarios encomendados, así como, su presentación y contenido; prestando una especial atención a la intervención del alumno en actividades externas de índole diverso.

- EXÁMENES PARCIALES:

Número: 3

Tipo: Prueba escrita, con preguntas de test, preguntas abiertas, desarrollo temático de aspectos básicos del programa, y planteamientos o exposiciones entorno al juego, expuestas en forma gráfica, para su resolución en base a la nomenclatura de Balonmano.

Contenidos: **1er. Parcial:** Bloques relacionados con el juego ofensivo.

2º Parcial: Bloque relacionado con el juego defensivo.

3º Parcial: Bloques 4º y 5º del programa.

Condiciones realización: Haber presentado los trabajos encomendados en su caso, durante el periodo inmediato anterior a la realización de la prueba correspondiente.

Condiciones para liberar contenidos: La superación de las pruebas parciales, supondrá quedar liberado de esa (s) parte (s) teórica (s) en el examen final.

Fechas aproximadas: 1er. Parcial, comienzo del segundo trimestre del curso escolar.

2º. Parcial, comienzo del tercer trimestre del curso escolar.

3º. Parcial, segunda quincena del mes de mayo.

- EXÁMENES FINALES, INDICANDO CONTENIDOS Y CONDICIONES DE REALIZACIÓN (LA FECHA LA MARCARÁ JEFATURA DE ESTUDIOS)

Contenidos: Teoría, los explicitados en el programa de la signatura, pero solo se presentaran los alumnos que no hayan superado los exámenes parciales.

Practica, no se realizaran pruebas específicas, pero se valoraran las intervenciones en las sesiones practicas, desarrolladas durante el curso, así como, en practicas externas que se pudieran realizar en horario extraescolar.

Condiciones realización: Haber superado mas del 60% de asistencia y participación en las sesiones docentes teórico-practicas, a lo largo del curso escolar.

- SISTEMA DE CALIFICACIÓN:



Superación de la parte teórica y practica de la asignatura, presentación y elaboración adecuada de los trabajos complementarios solicitados, participación en actividades extraescolares, en su caso, acordadas con el profesor, y consideración especial de la asistencia a las sesiones docentes.

- **BIBLIOGRAFÍA GENERAL:**

- * Antón García, Juan L. **Balonmano, Táctica Grupal Ofensiva (Concepto, estructura y metodología)**. Editorial: Gymnos Editorial Deportiva S.L.
- * Antón García, Juan L. **Balonmano, Fundamentos y Etapas de Aprendizaje**. Editorial: Gymnos Editorial Deportiva S.L.
- * Antón García, Juan Lorenzo. **Balonmano: Metodología y alto rendimiento**. Editorial Paidotribo. Colección Deporte & Entrenamiento.
- * Bárcenas González, Domingo & Román Seco, Juan de Dios. **Balonmano (Técnica y Metodología)**. Editorial Gymnos.
- * Bárcenas González, Domingo. **Técnica (Texto Oficial de la Escuela Nacional de Preparadores)**. Editado por la Federación Española de Balonmano.
- * Bárcenas González, Domingo. **Balonmano (Curso de Especialización)**. Texto compuesto por el Centro de Documentación e Información del INEF de Madrid.
- * Bárcenas González, Domingo. **Táctica Colectiva Ofensiva**. Editado por la Federación Española de Balonmano.
- * Bayer, C. **Técnica del Balonmano: la formación del jugador**. Editorial: Hispano Europea. Barcelona.
- * Bayer, C. **La préparation psychologique d'une équipe sportive**. Revista Eurohand, nº 2 (1989).
- * Coca, Santiago. **Psicopedagogía Aplicada (volumen I)**. Editado por la Federación Española de Balonmano.
- * Coca, Santiago. **Árbitro, Juez y Persona**. Editado por la Federación Española de Balonmano.
- * Coca, Santiago. **La Preparación Psicológica**. @ I Jornadas sobre Especialidades Deportivas, programa para el Perfeccionamiento de Entrenadores de Balonmano. Junta de Andalucía, UNISPORT Málaga. (1985).
- * Czerwinski, Janusz. **El Balonmano (Técnica, Táctica y Entrenamiento)**.@ Revisado y adaptado por: Gerard Lasierra. Editorial Paidotribo S.A. Barcelona. Colección Deporte & Entrenamiento.
- * Gil Labarta, F. **El Entrenador como Gestor de Recursos Humanos**. Comunicación Técnica nº 187. Revista Asociación de Entrenadores de Balonmano nº 10, julio 1999. Real Federación Española de Balonmano.
- * Kasler, H. **Handball: del Aprendizaje a la Competencia**. Editorial: Kapelusz (Colección Educación Física). Buenos Aires.
- * López Cuadra, Gerardo. **Manual del Entrenador de los Deportes de Equipo**. Editorial: Hispano Europea. Barcelona.
- * Mayo Santamaría, Cristina. **Análisis Descriptivo de los Aspectos Cualitativos y Cuantitativos de los Jugadores**. Comunicación Técnica nº 183. . Revista Asociación de Entrenadores de Balonmano nº 9, Abril 1999. Real Federación Española de Balonmano.



- * Meléndez-Falkowski, Manuel M^a & Enríquez Fernández, Ernesto. **Táctica Ofensiva Colectiva (Volumen II de Táctica y Sistemas de Juego)**. Editorial: Esteban Sanz Martínez S.L. Colección Handball.
- * Meléndez-Falkowski, Manuel M^a & Enríquez Fernández, Ernesto. **Los Sistemas de Juego Ofensivos (Fundamentos Teóricos, Exposición Gráfica de Procedimientos y Metodología Práctica)**. Editorial: Esteban Sanz Martínez S.L. Colección Handball.
- * Meléndez-Falkowski, Manuel M^a & Enríquez Fernández, Ernesto. **Los Sistemas de Juego Defensivos (Fundamentos Teóricos, Exposición Gráfica de Procedimientos y Metodología Práctica)**. Editorial: Esteban Sanz Martínez S.L. Colección Handball.
- * Muller, H.J. y Baier, H. **La Dirección Psicopedagógica de un equipo a corto y medio plazo**. Comunicación Técnica n° 31. Madrid, 1977. Federación Española de Balonmano.
- * Noteboom, T. **Les Fondements Pédagogiques et Techniques au Hand-ball**. Editorial: Amphora, París.
- * Román Seco, Juan de Dios. **El Entrenamiento de Balonmano en los Equipos de Élite**. 1989.
- * Román Seco, Juan de Dios. **Etapas de Formación**. Comunicación Técnica 153. Clinics Deporte de Base y Entrenadores de Élite 1994. Federación Española de Balonmano.
- * Stein, Hans-Gert & Federhoff, Edgard. **Handbol Técnica, Táctica y Entrenamiento**. Traducción efectuada por Hornos, Enrique & Cabrera, Jorge. Editorial Stadium. Buenos Aires.
- * Tutko, T.A. & Richards, J.W. **Psicología del Entrenamiento Deportivo**. Editorial: Pila Teleña, A.
- * Varios Autores. **Balonmano**. Coordinación: Javier García Cuesta. Editado por Comité Olímpico Español.
- * Varios autores. **Comunicaciones Técnicas y Poligrafías Técnicas**. Editadas por la Real Federación Española de Balonmano. Colección Técnica prolifera con tratamientos múltiples de una amplia gama de contenidos, relacionados con la Técnica, la Táctica, los Sistemas de Juego, la Preparación Física Específica, la Metodología, la Historia, la Planificación, la Detección de Talentos, etc. Información específica de contenidos: Consultar página Web de la Real Federación Española de Balonmano. www.rfebm.com (Escuela Nacional de Entrenadores * Bibliografía de Balonmano (PDF)). * Comunicaciones Técnicas.

- **BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:**

- * Consultar página WEB de la Real Federación Española de Balonmano c/ Ferraz, 16 Madrid – 28008. www.rfebm.com (Escuela Nacional de Entrenadores * Bibliografía de Balonmano (PDF).)
- * Consultar página WEB de la Real Federación Española de Balonmano c/ Ferraz, 16 Madrid – 28008. www.rfebm.com (Comité Técnico de Árbitros).